**5 rzeczy, które tlenoterapia zmieni w Twoim życiu**

**Tlenoterapia hiperbaryczna jest znana na całym świecie od ponad 100 lat. Stanowi nieocenioną pomoc w leczeniu różnych schorzeń (w tym choroby dekompresyjnej, zatrucia tlenkiem węgla) i ran, które nie chcą się goić. Od niedawna HBOT zyskuje popularność także w naszym kraju. Dlaczego? Najlepiej to wyjaśnić na przykładach - oto pięć rzeczy, które tlenoterapia zmieni w Twoim życiu.**

**Poprawa stanu zdrowia**

W wyniku zabiegu tlenoterapii hiperbarycznej, do organizmu pacjenta dostarczona zostaje duża ilość tlenu. Gaz ten jest **niezbędnym elementem** w procesie odbudowy tkanek - przyspiesza on okres regeneracji i leczenia urazów. Ponadto, HBOT (tlenoterapia hiperbaryczna) znajduje zastosowanie jako wsparcie w procesie hospitalizacji osób cierpiących na różne schorzenia, w tym cukrzycę, stwardnienie rozsiane, [autyzm](https://sezontlenu.pl/autyzm-grudziadz/) i wiele innych chorób o podłożu neurologicznym. Już po kilku sesjach w komorze zauważalna jest poprawa ogólnego stanu zdrowia.

**Zwiększenie ilości energii**

Większa ilość tlenu w organizmie = większa ilość energii. Wiedzą o tym doskonale wszyscy sportowcy, którzy chętnie korzystają z zabiegów tlenoterapii hiperbarycznej przed treningami. To także doskonała opcja dla seniorów, chcących zapewnić swojemu ciału większą witalność i energię do działania. Wzrost poziomu tlenu w organizmie poprawia także funkcjonowanie mózgu i zwiększa poziom koncentracji. Wszystkie osoby zmagające się z permanentnym uczuciem znużenia i niskim poziomem energii, w tlenoterapii hiperbarycznej mogą znaleźć **antidotum na swoje problemy**.

**Lepsze samopoczucie psychiczne**

Aby mózg mógł poprawnie funkcjonować, potrzebuje aż 72 litry tlenu na dobę - w przypadku niespełnienia powyższej normy, zaburzona zostaje praca całego układu nerwowego. Problemy o podłożu neurologicznym są ogniwem zapalnym do pogorszenia samopoczucia, a nawet rozwoju poważnych chorób, takich jak [depresja](https://sezontlenu.pl/leczenie-depresji-grudziadz/). Sesja w komorze hiperbarycznej pozwala dotlenić organizm i dostarczyć mózgowi gaz, którego potrzebuje do swojej odbudowy. Co więcej, dodatkowy zastrzyk tlenu zwiększa poziom serotoniny i endorfin - **hormonów szczęścia**. Odgrywają one ważną rolę w regulowaniu nastroju i emocji, a ich wyższy poziom w organizmie może pomóc w zmniejszeniu negatywnych objawów depresji, stresu czy też stanów lękowych.

**Poprawa stanu skóry**

Dzięki regularnym sesjom odbytym w komorze hiperbarycznej znacznie zmienić się może stan naszej skóry. Wszystko to za sprawą dodatkowej porcji tlenu, który przyspiesza rozwój nowych naczyń krwionośnych, a także poprawia krążenie krwi. Co więcej, gaz ten jest potrzebny do produkcji **kolagenu** - białka wpływającego na jędrność skóry. W dużej ilości może sprawić, że będziemy cieszyć się zdrowym i młodym wyglądem przez długi czas.

**Wyższa jakość snu**

Tlen to wartościowy składnik, bez którego nasz organizm nie jest w stanie poprawnie funkcjonować - nie inaczej jest też w kwestii snu. Odpowiednia dawka tego życiodajnego gazu pozwala nam na przejście w stan głębokiego relaksu i odprężenia. **Regularne sesje w komorze hiperbarycznej** sprawiają, że człowiek jest maksymalnie dotleniony, wypoczęty i lepiej sypia. Powyższe aspekty sprawiają, że tlenoterapia to nie tylko dobry sposób na walkę z różnymi schorzeniami, ale także metoda na ogólną poprawę jakości życia.

Nie wahaj się ani chwili dłużej - już dziś umów się na sesję w komorze hiperbarycznej i poznaj niezwykłą moc tlenu.